

明石市立幼稚園 おひるごはん (食物アレルギー対応食)

2023年



	月	火	水 1日	木 2日	金 3日
昼食			ポークチャップ ブロッコリーポイル さつま芋の甘煮 ツナ大根 アメリカンドッグ ごはん	とりのみそやき ナポリタンスパ 青のりポテト 豚肉と小松菜の煮物 煮豆 ごはん(ふりかけ)	
おやつ			ぼたぼた焼き	源氏パイ	
	6日	7日	8日	9日	10日
昼食	ぶたのしょうがやき ブロッコリーポイル ちくわのカレー揚げ 小松菜のサラダ フルーツ(もも) ごはん	ポテトパンこやき インゲンの炒め物 ウィンナーソテー ひじき煮 白菜のツナ和え ごはん(ふりかけ)	しろみさかなのコーンフライ 南瓜の炒め物 肉団子 ツナマカロニ アスパラサラダ ごはん	さわらのさいきょうやき キャベツのおかか和え ブロッコリーのツナ和え じゃがいもの甘辛炒め きゅうりのサラダ ごはん(ふりかけ)	タンドリーチキン スパソテー さつま芋の甘煮 ポークビーンズ ほうれん草の小魚和え パン
おやつ	オレオ	かっぱえびせん	えびちび	アスパラガス	ソフトせんべい
	13日	14日	15日	16日	17日
昼食	しろみさかなのたつたあげ ブロッコリーナムル 青のりポテト 豚大根 フルーツ(りんご) ごはん	わふうハンバーグ ナポリタンスパ ちくわの磯辺揚げ 鶏肉とれんこんの煮物 ほうれん草と人参の和え物 ごはん(ふりかけ)	とりにくのごまあげ アスパラのツナ炒め 肉団子 がんもの含め煮 コーンソテー ごはん	さわらのねぎみそやき インゲンの炒め物 さつまいもの天ぷら うみとはたけのサラダ 小松菜の小魚和え ごはん(ふりかけ)	とりのてりやき ブロッコリーのごま和え ウィンナーソテー 白菜と豚肉のうま煮 コーンと枝豆のソテー ごはん
おやつ	たべっこどうぶつBaby	つぶつぶベジタブル	みかんゼリー	源氏パイ	ぼたぼた焼き
	20日	21日	22日	23日	24日
昼食	とりにくのオレンジやき スパソテー ほうれん草のツナ和え 豆腐の炒り煮 フルーツ(みかん) ごはん	しろみさかなのやさいあんかけ 切干大根のはりはりづけ 小松菜の小魚和え ごはん(ふりかけ)	ミートボールケチャップ カレーポテト ブロッコリーナムル ひじきとコーンの炒め煮 インゲンのツナ和え ごはん		チキンチャップ スパソテー ちくわの炒め煮 さつまいものサラダ アメリカンドッグ パン
おやつ	オレオ	かっぱえびせん	えびちび		ソフトせんべい
	27日	28日	29日	30日	
昼食	とんかつ 人参のツナ炒め さつま芋の甘煮 ブロッコリーのサラダ フルーツ(もも) ごはん	ハンバーグ ナポリタンスパ スマイルポテト ツナサラダ 大根と人参の炒め物 ごはん(ふりかけ)	さわらのカレー焼き ブロッコリーのごま和え ちくわの磯辺揚げ 肉じゃが 小松菜の小魚和え ごはん	とりのからあげ ジャーマンポテト 肉団子 ミートソースマカロニ キャベツのツナ和え ごはん(ふりかけ)	
おやつ	たべっこどうぶつBaby	つぶつぶベジタブル	アスパラガス	源氏パイ	

※食材の入荷により献立を一部変更することがあります。